

Cachi comuni

Il **caco**, scientificamente *Diospoyros kaki* che in greco vuol dire “cibo degli dei”, è un frutto che appartiene alla famiglia delle Ebenaceae, chiamato anche Loto del Giappone, Mela d'Oriente e Albero delle sette virtù. La varietà più comune di caco in Italia è il “Loto di Romagna”.

Il caco è una miniera di vitamina A, dotato di vitamina C e di sali minerali. Contiene molto zucchero e tannini, è energetico, ricostituente del sistema nervoso e del fegato, antibatterico nelle gastroenteriti.